

明治学院大生のための就職ガイドブック

STEPS

2020

PART.2

履歴書・ エントリーシート編



[目次]

②履歴書・エントリーシート編

※[STEP 4] インターンシップ・就職ガイダンスで使用

STEP 1 エントリーシートとは？

- ①「エントリーシート(ES)」の概要 2
- ②「エントリーシート(ES)」を書くうえでのポイント ... 3

STEP 2 学生時代に力を入れたこと

- ①「学生時代に力を入れたこと」のためのワーク 4
- ②「学生時代に力を入れたこと」の書き方のポイント... 6
- ③「学生時代に力を入れたこと」文例 6

STEP 3 自己PR

- ①なぜ「自己PR」が必要か 8
- ②「自己PR」の書き方のポイント 8
- ③自分の能力をアピールしている「自己PR」文例 10
- ④自分の価値観をアピールしている「自己PR」文例 ... 10
- ⑤「自己PR」を書いてみよう! 11

STEP 4 志望動機

- ①「志望動機」とは? 12
- ②「志望動機」のポイント 12
- ③WILL MUST + CAN VALUE で志望動機を書く ... 12
- ④「志望動機」文例 15
- ⑤企業分析のためのワーク 18

STEP 5 履歴書・自己紹介書の書き方

- ①記入するうえでの注意ポイント 20
- ②各項目で企業が聞きたいこと
~これに答えれば大丈夫!~ 20
- ③「履歴書・自己紹介書」の書き方のポイント 21

①就活スタート編

※[STEP 3] インターンシップ・就職ガイダンスで使用

STEP 1 キャリアセンターの利用について

STEP 2 就職活動の流れ

STEP 3 エントリーとは？

STEP 4 働き方・職種・業界の選択

STEP 5 自己分析

先輩たちの「就職活動記録」より①

STEP 6 筆記試験

STEP 7 地方出身の方へ

STEP 8 福祉職場・医療機関への就職について

STEP 9 学校教員をめざす方へ

STEP 10 公務員をめざす方へ

STEP 11 外国人留学生の方へ

STEP 12 特別な配慮を必要とする等、就活に不安・困難を感じている方へ

先輩たちの「就職活動記録」より②

就職活動に関するQ&A

③面接・就活マナー編

※[STEP 5] インターンシップ・就職ガイダンスで使用

STEP 1 企業の選択

STEP 2 面接

STEP 3 就職活動マナー

STEP 4 内定について

STEP 1

エントリーシートとは？

エントリー後、会社説明会などのステップを経て、いよいよ書類選考を受けることになります。書類選考で提出が求められる書類には、主に「エントリーシート（ES）」と「履歴書」があります。STEP1ではエントリーシート（ES）について取り上げます。

1 「エントリーシート（ES）」の概要

(1) エントリーシート（ES）…面接への切符にもなる「自己紹介書」です。

エントリーシートとは、会社独自に作られた応募書類のことです。

内容は、「学歴」「得意な科目」「学生時代に力を入れてきたこと」など履歴書と同じようなスタイルのものから、「この枠内で自由にあなたを表現してください」など独自性の高い項目があるものまで様々です。

エントリーシートを通して、自分のタイプや人柄、これまで培ってきた力を自己紹介します。近年、企業の6～7割がエントリーシートという形式を導入しています。

その目的としては

- ①審査をして面接する人数を絞る
- ②面接する際の材料とする

などがあります。いずれにしても“一番初めに直面する選考”と言えます。

(2) ESの提出方法

提出方法には大きく分けて以下の3つがあります。

- ①手書きで記入し、郵送または持参
- ②パソコンやスマートフォンから、Web上で入力、送信（半角・全角・改行等の文字数カウントに注意）
- ③会社説明会時にその場で記入して提出

※その後の面接で困らぬ様に「必ず」コピーやデータを保存しましょう！

(3) ES設問例 ～大きく分けて“自己PR系”と“志望動機系”～

①自己PR系の設問例

- あなたが学生時代に力を注いだことを教えてください。（A4 約半分）
- 自己PRを記入してください。（A4 6行）
- 今まで自分が一番成長した出来事と、それを通じてあなたがどのように成長できたのか、具体的に記入ください。（400字以内）
- 今までの人生で乗り越えるのが最も困難だったことと、その際自分がどのように対処したかを教えてください。（A4 10行程度）

②志望動機系の設問例

- あなたが当社を志望する理由を具体的に教えてください。（6行程度）
- 当社で働く10年後のあなたの姿について自由にご記入ください。（400字以内）
- あなたが就職活動をする上で、一番大切にしていること、または大切にしたいことを教えてください。（ESの枠の中で5行程度）

(4) いつ頃から何社くらい書くの？

エントリーシートの提出は、採用情報解禁直後の3月からすぐにピークとなります。提出する社数としては2020年卒マイナビ学生就職モニター調査の調べによれば、今春就職した大学生の平均は14.5社になります。そのため、自分の満足のいくエントリーシートを2月中には書けるように準備しておくことが大切です。

2 「エントリーシート (ES)」を書くうえでのポイント

基本的な考え方としてエントリーシートは「自分のことをわかりやすく相手に伝える」ことが大切。ちなみに人気企業になると人事は2万枚以上のエントリーシートを読みます。分担しても相当な数です。採用担当者は字からも熱意を感じとります。また「読みやすくする」ことは相手への思いやりでもあります。そのためには

見た目に読みやすく

あなたを知らない人でも理解しやすい ことが大切

(1) “見た目の読みやすさ”のポイントとして～

①こんなエントリーシートは×！

- 修正液や二重線などで修正している。
⇒間違いや訂正がないように、いきなり清書せず下書きをしましょう！
- 誤字脱字がある。
⇒要事前確認
- 文字の大きさがバラバラであったり、小さい文字でびっしり書いてあったりする。
- 文調（ですます調、「～だ」など言い切り調）がバラバラである。
⇒相手の読みやすさを重視しましょう。
- 空欄があったり、枠内がスカスカである。
⇒やる気を問われます。記入欄の9割は埋めましょう。
- 文字をいかにげんに書いている。
⇒きれいな文字である必要はありません。“丁寧”に書きましょう。

②見た目の工夫

エントリーシートの場合、読みやすくするために、結論などの一番言いたいところを**太文字**、「**」**、**下線**、**大き目の文字**にするなどで強調してもよいでしょう。

ただし、色使いは設問内に使用許可のただし書きがない限りは避けた方が無難です。

※履歴書はESよりフォーマルな書類なので上記の工夫は避けるのが普通です。履歴書についてはSTEP5(20ページ)を参照してください。

ENTRY SHEET				
フリガナ		性別	国籍	写真
氏名				
生年月日	19 年 月 日 寅()歳			
現住所	〒			
	電話:	携帯電話:		
	E-mail:			
体験中 職歴先	〒			
	電話:			
大学・大学院	学校名:			
	学部:	学科:	専攻:	
	入学:	年 月 / 卒業見込:	年 月	

2. あなたがこれまで主体的に取り組んだチャレンジを3つあげてください。チャレンジした理由も教えてください。	
①	チャレンジしたこと : (理由)
②	チャレンジしたこと : (理由)
③	チャレンジしたこと : (理由)

STEP 2

学生時代に力を入れたこと

書類選考、面接において、最も質問されることが多いのが「学生時代に力を入れたこと」です。

1 「学生時代に力を入れたこと」のためのワーク

トピック	例) ○○のアルバイト ()	例) ○○サークルの活動 ()
取り組んだ時間・期間		
内容 (あなたを知らない人にも わかるように書いてみよう!)		
なぜそれに取り組んだ? (自分の考え方などの 理由があれば)		
どんなことが目標? どんなことを意識していた?		
そのために自分がやったこと・ 工夫したことは? (具体的な行動を書いてみよう!)		
学んだこと・得たこと・ before、after で 変わったことは?		
一番印象に残っている 瞬間は?		
充実度 (星いくつ?)	★ ★ ★ ★ ★	★ ★ ★ ★ ★

自分の取り組んできたことを書き出してみましょう。取り組んだもののポイントとしては特別なことや成果が形となったものである必要はありません。とにかくエネルギーを注いだ、多くの時間をかけて頑張ったというものでも大丈夫です。

(例) ゼミナールの発表)	()
★ ★ ★ ★ ★	★ ★ ★ ★ ★

※人事コンサルタント 櫻井照士氏のコンテンツを参考にさせていただきました。

2 「学生時代に力を入れたこと」の書き方のポイント

「学生時代に力を入れたこと」で主に評価されるのは、仕事をするための基礎的な力です。そのため、学生時代の取組の内容を説明するだけでなく、自分の行動や考えたことを書くのがコツです。例えば「努力したこと」、「工夫したこと」、「自分自身の成長」について、なるべく具体的な事実で説明してみましょう。しかし、当時は「無意識に」「当たり前と思って」行動していることが多いと思います。そのため、現在のみなさんの価値観から振り返り、その時どのように考えていたと言えるだろうかと、当時の「無意識」「当たり前」を言語化してみることも重要です。

3 「学生時代に力を入れたこと」文例

【文例1】 アルバイト編その1 (男子)

「私はA君からしか買わない」～この言葉は、私がアルバイトで勤めている某イタリア製腕時計ショップの常連様からいただいた私の勲章だ。私は「多くの人と会話がしたい」、「自分が売った時計でお客様に有意義な人生を送ってもらいたい。」と想い大学1年生から3年半、腕時計を売ることに最も力を入れている。しかし、入店当初は接客経験がなかったため個人売り上げは2か月ほど最下位で「給料ドロボー」と店長にあだ名をつけられてしまったこともあった。私は、なぜ売り上げが伸びないのかを考えた。すると「売ろう!」という意識が高すぎて100%お客様に向きあえていない私がいた。つまり、目先の利益のために押し売りに近い接客をしてしまっていたのだ。

そこで私はそれを反省し、次の(1)のように考え、(2)、(3)のように行動した。(1) お客様のニーズを120%理解し、信頼してもらえれば納得してもらえる接客ができるのでは？(2) 接客のプロになるため、店随一の聞き上手になるため30社を超える様々なアパレルブランドショップに足を運び(女子高生に人気のショップから、富裕層に人気のあるショップまで)、自分が客だったら、どういう店員からモノを買うのか自分自身の接客を客観的に見ることにした。(3) 自分の接客時、時計を売ることもよりいかにお客様とコミュニケーションをとれるかを思考し、行動にうつした。さらに単なる「店員」から「A」と認識してもらえるよう趣味や仕事、恋愛まであらゆる角度からトークのアプローチをかけお客様がいかに心を開いてくれ、笑顔を見せてくれるかを考えながら話した。

その結果、私は月間時計売上平均本数ランキングでスタッフ9名中(店長含む)、首位をキープし続けることができた。また顧客の数もアルバイトとしては過去最高人数の30人を今も更新中である。

【文例2】 アルバイト編その2 (女子)

私は学生時代、寿司屋でのアルバイトに力を入れてきました。中でも力を発揮したと思うのは電話での接客です。全国のチェーン店でオススメ商品の受注回数を競い合う大会があるのですが、私は店舗内1位を獲得しました。電話の向こうで子供の声がしたら「ワサビは抜きますか？」など、積極的にお客様と関わったのが良かったのだと思っています。商品はただ売るのではなく、まずお客様に利用して良かったと喜んで頂くことが満足して商品を買うことに繋がるのだという事を学びました。

【文例3】 勉強編

私は英語学習に力を入れました。きっかけは、大学入学当初の英語授業です。外国人教員の英語についていくことができず悔しい思いをしました。その日より、英語力向上を目標に猛特訓を始めました。

毎朝20分洋書を読み、英語圏ニュースを30分視聴しました。わからない単語が出てくると辞書で調べ、一つ一つ頭に入れていきました。大学では英会話サークルに所属し、昼休みにメンバーと会話練習を行いました。また外国人教員を見かける度に話しかけ、表現や発音を学びました。大学から帰宅すると、一日の出来事を思い返し英語で日記を書きました。就寝前の30分は、部屋の壁を相手に

スピーキング練習を行いました。

これらを1年間継続し、能力別に編成されている大学の英語授業では、最上級のクラスに昇級することができました。また、2年後にはTOEICのスコアを入学時より100点以上伸ばすことができました。この経験を通して、困難は努力で乗り越えられることを実感しました。

【文例4】 クラブ・サークル編（女子）

大学で初めて入部した〇〇部に力を入れて取り組んできました。入部当初は、「●●する」ことを非常に単純に捉えて甘く見ていました。最初は姿勢から習い、経験者と同じような「●●」を習得するのに大変苦労し、怪我を繰り返しました。また、ウォームアップさえもついていけず、なかなか結果に結びつきませんでした。

しかし、私と同じように大学から始めた先輩に「〇〇は努力が勝負だよ」と言われ、もう少し頑張ってみようと思えました。そこで私は他の人の練習方法を真似るのではなく、私に何が足りないのか、どうしたら継続できるのかを考え、私に合った方法を取ろうと思いました。見知らぬ土地に行き慣れた土地に行くのが好きなので、往復1時間くらいのルートを調べ目的地を決めて走ったり、一人暮らしをしていた時には、ほうれん草など鉄分を多く摂れるような食事を意識したりと体調管理にも気をつけました。我慢するような意識はなく、制限をかけずに練習に加えた毎日のプラスアルファの心がけを実行しました。そして数か月後、どれだけ成長出来たか確かめるために大会に出場しました。するとそれまで▼■▼■までしかできなかった〇〇が、◇☆◇☆までできるようになるまで成長することができました。

【文例5】 設問が少しひねってあるケース（1）

Q. 困難に向き合い、乗り越え、実現してきた経験を教えてください。

A. 予備校のアドバイザーのアルバイトで、生徒退塾数を改善したことです。以前私は、担当生徒6名のうち1名が予備校を辞めてしまい、最後まで支えることができず悔しい思いをしました。生徒と真に向き合えていなかったことが原因と考え、「傾聴と提案」を意識するようになりました。生徒の気持ちや考え方を理解するために、言動と行動一つひとつに注目しました。またその上で、週1回30分程面談をする機会を設け、そこで各生徒に合った勉強法やモチベーションの維持の仕方などを提案し、すぐに次の行動を起こせるようになりました。その結果、生徒と信頼関係を築くことができ、次年度の担当生徒6名全員を無事受験まで送り届けることができました。

【文例7】 設問が少しひねってあるケース（2）

Q. 今までの人生で最も大きな出会いを教えてください。

A. 〈〇〇の国際審判であるAさんとの出会い〉マネージャーとして活動するにあたり、選手の安全を守るため、チームの勝利に繋げるために審判を始めました。ある試合の審判後、Aさんから「2級審判を目指してみない？」このような言葉をいただき、私の人生は大きく変わりました。学生では難しい2級審判へ挑戦。活動がオフの時も休むことなく、レベルの高い試合の審判へ挑戦し続けました。時には涙にぐれ悔しがる私に、Aさんはいつも前向きに私の背中を押してくれました。〈Aさんと出会って変わった私〉2級を目指し始め高い目標に向かって努力することは、時に厳しい壁にも衝突しますが、楽しく自分の持つ力以上のものを発揮できることを知りました。常に高い目標や夢を持つことは私の人生にとっても大きな活力を与えてくれました。そして、この経験はこれからの人生にも大きな影響を与えたいと思います。現在の私の目標はウェディングプランナーになり、より多くの人の人生を幸せへと導いていくことです。

「学生時代に力を入れたこと」は周囲の人と比較する必要はありません！

大切なことは特別な取り組みよりも、あなたの考え方や人柄をしっかり伝えることです！

どんな経験でも、「行動」と「考え」を「何故？何故？」という思考を深めていき自信を持って書きましょう！

STEP 3

自己 PR

エントリー、エントリーシート (ES) や、面接で問われることの多い質問は「自己 PR」です。エントリーを始める前に準備しましょう。自分の能力をアピールしても、自分の価値観をアピールしても OK です。

1 なぜ「自己 PR」が必要か

社会に出ると、「自分を表現する力」「自分の良さに気づいてもらう力」が求められます。それは就職活動にも言えることです。よい自己 PR をするためには自己分析が必要となります。長所や短所はもちろん、どのような性格で、好きなことや目標にしたいことはなにかを考えてみましょう。

また、自己分析をしっかりすることで自分が進むべき道がはっきりし、志望する企業の軸が定まるはずです。早い段階で取り組んでください。

2 「自己 PR」の書き方のポイント

① アピールする強み、長所などがどのようなものか、どの程度のものか、できるだけ具体的な事実で説明していこう！

〈自己 PR を準備するために「アンケート」をやってみよう！〉

アンケート「私のことを教えてください！」

質問 1 私の強み（良さ、長所）を教えてください！

質問 2 質問 1 で挙げた強み（良さ、長所）を裏付ける具体的なエピソードを教えてください！！

●アンケートのコツ 1 〈アンケートの対象選び〉

- なるべくなら、自分ががんばってきた様子を見守ってきた人
- なるべくなら年上
- 社会人ならなお良し

(例) アルバイト先の店長・上司・先輩、部活動のコーチ・先輩等

●アンケートのコツ 2 〈インタビューをしよう〉

- 質問 2 はインタビューをしながら、自分がアンケート欄に記入する方法も有効です。

- ②自己PRでアピールするポイントは、能力系ならなるべく、「社会人になって仕事をするにあたって役に立つ能力」を選ぼう。

〈能力系の自己PRポイントを選ぶためのヒント ～社会人基礎力～〉

●社会人基礎力の内容（3つの能力／12の要素）

○前に踏み出す力 ～一歩前に踏み出し、失敗しても粘り強く取り組む力～

主体性：物事に進んで取り組む力

働きかけ力：他人に働きかけ巻き込む力

実行力：目的を設定し確実に行動する力

○考え抜く力 ～疑問を持ち、考え抜く力～

課題発見力：現状を分析し目的や課題を明らかにする力

創造力：新しい価値を生み出す力

計画力：課題の解決に向けたプロセスを明らかにし準備する力

○チームで働く力（チームワーク）～多様な人々とともに、目標に向けて協力する力～

発信力：自分の意見をわかりやすく伝える力

傾聴力：相手の意見を丁寧に聴く力

柔軟性：意見の違いや立場の違いを理解する力

状況把握力：自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力

規律性：社会のルールや人との約束を守る力

ストレスコントロール力：ストレスの発生源に対応する力

- ③自己PRでアピールするポイントは、価値観系ならなるべく、「社会人になって仕事をするなかでも大事にしようと思う価値観」を選ぼう。自分がアピールしたい価値観についてどう思うか、その会社の価値観に合っているか、会社説明会やOB訪問で聞いて確かめてみるのもひとつの方法でしょう。

- ④アピールする強みは「コミュニケーション能力」「相手の立場になって考えられる」等のみでは、読み手はイメージしづらいです。そのため、「相手が心を閉ざしている状況でも～」「相手が本音を話しやすい状況作りを考えて～」「常に複数案を持って対応することを大切に～」など、読み手がその強みを発揮している姿をイメージしやすいように伝えることも大切です。

3 自分の能力をアピールしている「自己PR」文例

[文例 1]

老若男女問わず、相手の懐に飛び込んで人間関係を作ることができる点が私の良いところです。高校時代は、吹奏楽部でOB会との渉外係を担当し、自分の父より年上の方たちと現役部員との橋渡し役を担いました。部活動以外の話題も笑顔で積極的に何ううちに、自分と相手との共通点が見つかり、大先輩とも親しい関係を築くことができました。大学時代は、同じ学科の同期約300人の3分の2が顔見知りでした。「友達多いね。」と驚かれますが、友達の友達にも話しかけるようにしていたら、いつの間にか友達が増えていたのです。地元で取り組んでいたボランティアでは、約100人の社会人の知り合いを作りました。

[文例 2]

行動力、精神力、影響力の3つが私の強みです。私は大学時代〇〇部での活動に力を入れました。「行動力」では、週6日の全体練習、週3日の自主練習で体重20kg増、筋力20kgアップを達成しました。「精神力」では、顔面骨折で38度の熱があるなかでも「チームのため」の一心で練習に参加し続けました。「影響力」では、10日間にわたる真夏の合宿で1日7時間の練習の中でも声を出し続け、ムードメーカーの役割を全うしました。結果、チームは約20年ぶりに入れ替え戦出場を実現することができました。

4 自分の価値観をアピールしている「自己PR」文例

[文例 3]

辛さも楽しさに変えて頑張れるところが私の強みです。大学時代に家電量販店で販売のアルバイトをしており、当初は販売も伸びず辛く感じましたが、めげずに笑顔で社員の方々とコミュニケーションをとるよう努力を続けていたら信頼されるようになり、売り上げを時給に反映してもらえるようになりました。張り切ってPOPや接客を工夫しお客様に喜ばれ、成果があがり、何度もほめられるうちに、社員の方以上に売り上げられるようになっていました。辛さは自分次第で楽しさに変えられること、楽しいことは自分でどんどん大きくしていけることを学びました。

[文例 4]

私は、目立たなくても裏で人のために力を発揮することにやりがいを感じる人間です。学生時代は女子ラクロス部マネージャーとしてチームに貢献したいと考え、学生では難しいとされる2級審判の取得に挑戦しました。ルールを覚えることはもちろん、公式戦に何度も足を運び、プロの国際審判員の方と知り合いになることで、アドバイスをいただけるまでになりました。また、学生で最もレベルの高い一部リーグの試合審判に挑戦し、スピードがあり判断が難しい試合展開で正しい判定を下せるようになりました。部員から見えないところでの地道な努力は忍耐が必要でした。しかしこれにより、チームの練習時に審判役を担うことができるようになり、練習の質があがっていききました。また、個々やチームが抱える課題を具体的に伝えられるようになりました。部員を支えるだけでなく、一緒に戦っているという実感が生まれ、裏方として組織や人のために動くことに意義を見出すことができました。

5 「自己PR」を書いてみよう！

○エントリーシート用（10行）

○履歴書用（4行）

STEP 4

志望動機

1 「志望動機」とは？

多くの採用担当者は、志望学生がその会社で仕事することへの熱意や覚悟をしっかりと持っているかどうかを重視しています。それらを測るために「志望動機」や「入社して取組みたいこと、成し遂げたいこと」などをエントリーシートや面接で問うてきます。また、企業のことをしっかりと理解することではじめて熱意や覚悟が相手に伝わります。そのため、18～19ページの「企業分析のためのワーク」を活用するなど、受ける企業をしっかりと分析して臨みましょう。

2 「志望動機」のポイント

ポイント① 何を書いたら良いか

志望動機は何を書いたら良いのでしょうか。入社して仕事することへの熱意を伝えるのが目的ですので、その企業の仕事がやりたいと書き、記入欄に余裕があれば、なぜやりたいのか、理由が書かれていると説得力が増します。例えば「そもそも自分は〇〇〇〇のような仕事（あるいはビジネス）をしたいと考えており、貴社の〇〇〇〇の仕事（ビジネス）はまさにそれにあたる。」というようにです。何がやりたいのか、自分の考えや、思いが書いてあることがポイントです。

ポイント② 志望動機で自分の経験を書くことは必須ではない

志望動機は熱意を伝えるのが目的なので、考えや思いは書いた方が良いでしょう。しかし、なぜそういう考えに至ったのか、自分の経験（エピソード）を入れることは必ずしも必要ではありません。記入欄に余裕があれば、書いてもよいでしょう。

ポイント③ 企業をよく調べていることが伝わる内容だと、熱意が伝わりやすい

企業が取組んでいる事業、ビジネスの内容や顧客に提供している商品、製品、サービスについて、しっかり調べていることがわかる志望動機だと、採用担当者に熱意が伝わりやすいでしょう。よく調べていれば、やりたい仕事（ビジネス）についてより詳しく、具体的に書けるはずです。

ポイント④ 入社後の自分のなりたい未来像、成し遂げたい仕事をアピールする

プラス1のアピール法として、入社したら成長してこういう仕事ができるようになりたい、入社したら将来こういう仕事をするのが夢です、といったビジョンを書くのも、熱意を伝えるのに有効でしょう。

3 WILL MUST + CAN VALUE で志望動機を書く

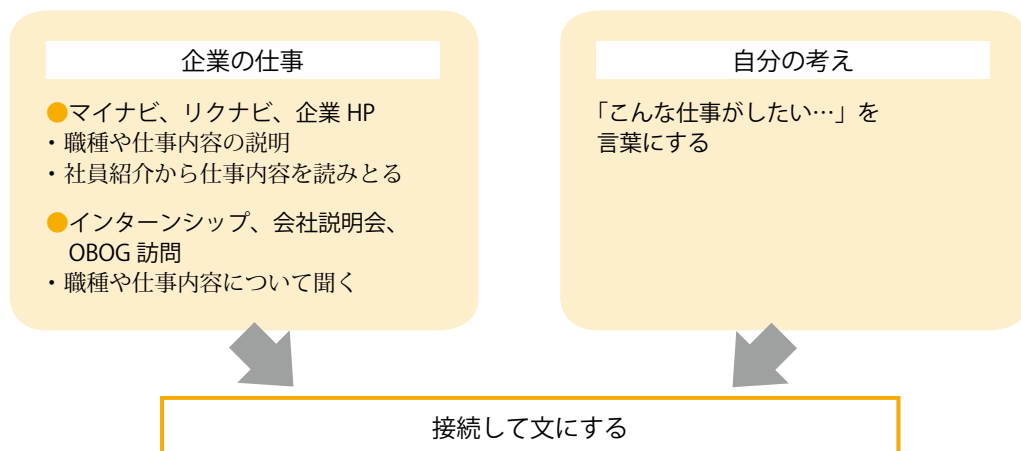
志望動機は熱意をはかるものですので、こう書けばいい、こう言えばいいという「正解」はないと言って良いでしょう。ですが、以下のようなやり方もあります。

基本的な考え方：志望動機は自分と企業（仕事）の接点を説明するもの、と考える。

基本的なやり方：OBOG 訪問やインターンシップ、会社説明会といった機会に、その企業の方に質問し、その内容と自分の「学生時代に力を入れたこと」「自分の強み・長所」「自己PR」「どんな仕事をやりたいか（就活の軸）」等を接続させ、言葉にする。

初級編 仕事に対する WILL（やりたい）

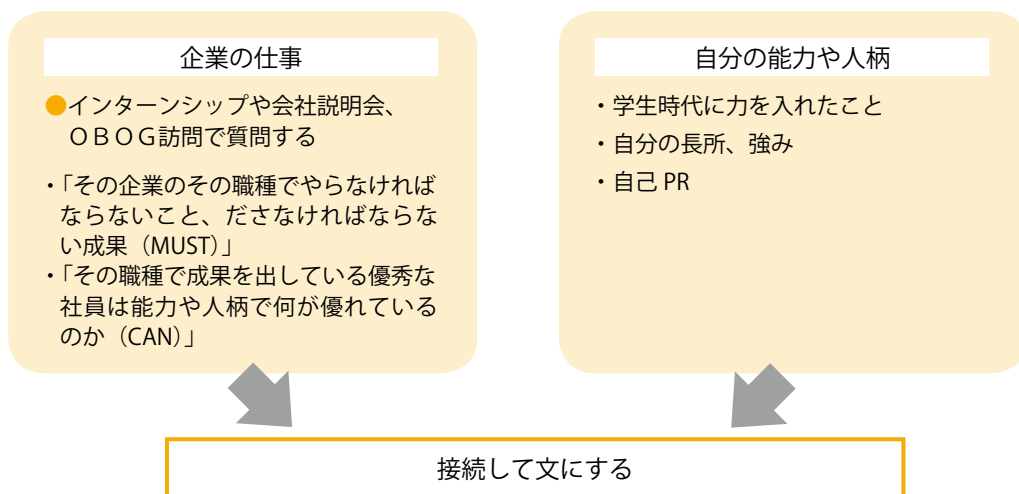
仕事に対する自分の WILL とその企業の仕事の接点を説明する。



（例）「私は○○○○○○○○○のような仕事をしたいと考えております。貴社の××××の仕事は△△△△△△△△△△という点でまさに自分のやりたい仕事だと思い、志望いたしました。」

中級編 MUST + CAN

「自己 PR」や「学生時代力を入れたこと」で示される自分の能力と、その企業の仕事に求められる MUST（やらなければならないこと）+ CAN（MUSTに必要な能力）との接点を説明する。中級編以降では、マイナビ、リクナビ、企業 HP の情報だけではなく、インターンシップや会社説明会、OB OG 訪問の機会を利用して、「その企業のその職種でやらなければならないこと、ださなければならない成果（MUST）」と、「その職種で成果を出している優秀な社員は能力や人柄で何が優れているのか（CAN）」を聞く必要がある。

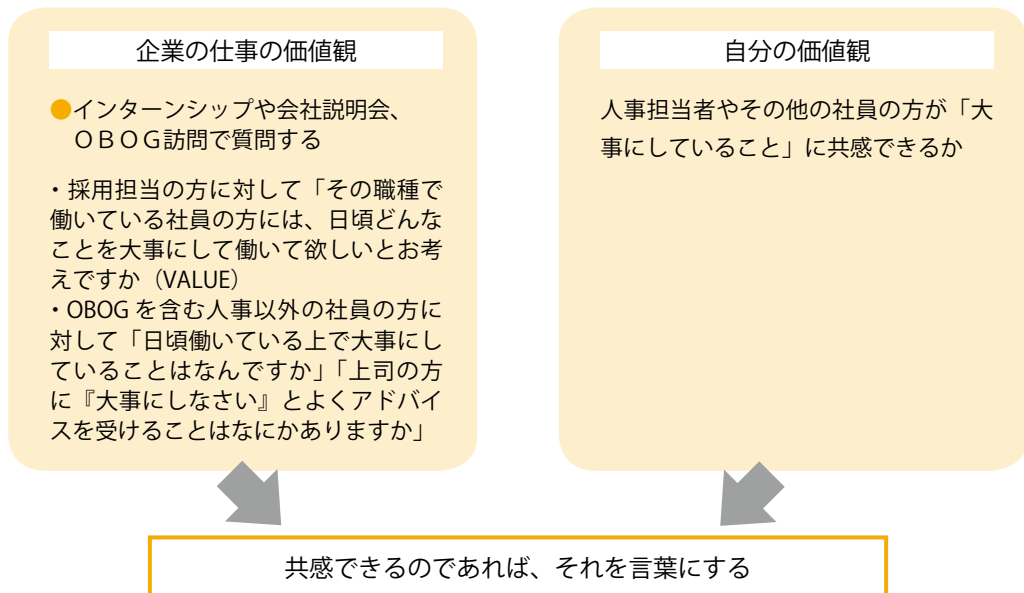


（例 1）「私が学生時代に経験した○○についての努力（工夫）を、貴社の××の仕事に活かして、貴社のお客様に貢献したいと考え、応募いたしました。」

（例 2）「私の強みである○○○○○の力を、貴社の××の仕事に活かして、貴社のお客様に貢献したいと考え、応募いたしました。」

上級編 VALUE

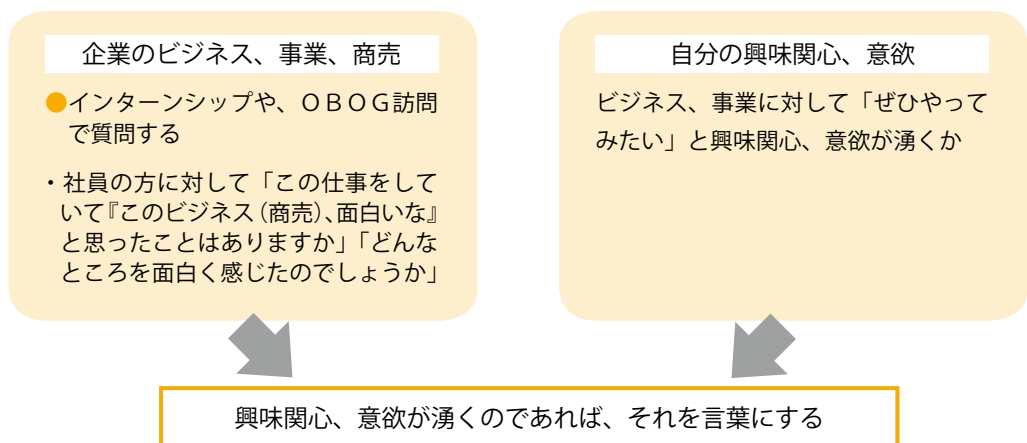
その企業の VALUE（仕事をしている上で大事にしていること）に対する自分の共感を説明する。



(例)「私がこれから社会人となって仕事をする上で大事にしたい、○○○○○○○○○という考え方と貴社の社員の方から伺った××××××という考えが一致すると思い、貴社であれば思い切り働けると考え応募いたしました。」

最上級編 ビジネス、事業に対する WILL

その企業のビジネス、事業に対する「面白い、ぜひ携わりたい」といった自分の仕事・ビジネスについての興味関心や意欲を説明する。



(例)「私は○○○○○○○○○のような仕事をしたいと考えておりますが、その考えと、貴社の社員の方から伺った××××××といった仕事の面白みや△△△△△△△△といった仕事の喜びに相通じるものがあると思い、貴社でぜひ働きたいと、志望いたしました。」

志望する企業に対する

「WILL」「MUST」「CAN」「VALUE」をイメージするため、
18～19ページの「企業分析のためのワーク」をぜひご活用ください。

いろいろな社会人（卒業生）の
「WILL」「MUST」「CAN」「VALUE」に
簡単に触れることのできる資料があります！

「OB・OG 発！ 会社・お仕事情報」

卒業生におこなったアンケートをファイル！
キャリアセンター資料室で閲覧できます！

4 「志望動機」 文例

【文例1】（化粧品・健康食品業界／総合職）

私はお客様に「ありがとう」と笑顔になっていただける企業で働きたいと考えています。そのためには、扱う商品が安全であること、常にワクワクできる商品展開が必要だと思います。

貴社の、無添加物使用を基本軸にSDI窓口といった薬とサプリメントの複合による飲み合わせのカウンセリングに力を入れていらっしゃる点と、化粧品や健康食品の双方で常に新商品を投入され、多くのお客様を笑顔にできる影響力を持ていらっしゃる点に魅力を感じました。

私は、貴社で店舗開発を通して、多くのお客様に影響を与えることのできる売場づくりをさせていただきたいと考えています。ファッションサークルでショーを企画した際に、服と同じくらい空間がイベントの良し悪しを決めるということを認識しました。店舗によって環境や形態が異なるなかで、自分なりに試行錯誤して、いかにお客様に気持ちよく商品をお買い上げいただくか勝負したいと思い、貴社を志望しました。

【文例2】（玩具業界／総合職）

私には多くの子供達を幸せにしたいという夢があり、その“多く”に注目するならば、高い地位を築き上げ、世界有数のキャラクター保有数やキャラクターマーチャンダイジングという幅広い事業展開、玩具作りに対するノウハウを持つ貴社は私にとって大きな可能性を感じられる企業であったため、志望しました。

【文例3】（商社／総合職）

「世界をより豊かにするビジネスを主導したいです。」そのために貴社の投資業務に関わり、世界で先駆的な分野の新たな事業開発を行い、将来は投資先の企業で経営人材として新興国の人々の生活基盤を構築するような事業をマネジメントし、国を豊かにしたいです。貴社の〇〇様にお話をお伺いし、フェアで長く続くビジネスを可能にする「×××」という考え方が社内浸透していることを実感しました。そのような貴社で無から新しい事業を生み出し、20年、30年後も世界の人々の生活を支える事業に携わることで、社会・お客様に貢献したいです。

【文例 4】（ブライダル業界／ドレススタイリスト）

私が貴社を志望した理由は、自社で全ての衣装を開発されているトップドレスメーカーであるということからです。私はお客様と親密に関わる仕事がしたいと考えています。その中でもドレススタイリストの仕事はお客様を家族のように思い、一生に一度しかない大切なドレスを選ぶということで、大きな責任感のある接客のプロフェッショナルとしてたくさんのことを学び成長することができるのではないかと思います、興味を持ちました。また、芸能人や有名ブランドとのコラボ作品など他社にはないデザインや品数の多さ、品質に力をいれた信頼される確かな商品作り、徹底した顧客重視の姿勢を理念にされている点など、このような多くの点に他社にはない魅力を感じ、私も貴社で働きたい！ そう思い、志望に至りました。

【文例 5】（ネット通販業界／総合職）

私が貴社を志望した理由は大きく 2 点あります。

1 つ目は、競争が激しさを増すネット通販業界で、ユーザーに合った方法で洋服が購入できる仕組みがある点です。取扱ブランドの多彩さ、1 商品につき 8 カット以上の写真掲載、イベント連動型の販促など、ファッションネット通販業の中でも積極的に新しい取り組みをされ、若い会社ながらも他を寄せ付けない勢いを感じます。

2 つ目は、日本人の強みである「集中力」「無駄を省く」「助け合う」を取り入れた 6 時間労働に魅力を感じたからです。限られた時間内で、今すべきことに集中して臨むという社風に加え、個人ではなくチームに仕事が付随しているからこそ、互いに助け合い、良さを引き出しあいながら最大のパフォーマンスが発揮できるのだと思います。仕事が早く終われば、趣味や人とのつながりを広げる時間ができ、そこで得た経験が仕事の肥やしになると思います。このサイクルは他社にはないものだと感じています。なにより、ファッションという共通の「好き」を持つ仲間と共に、ブランド・消費者双方に働きかけるシステムを作ることにやりがいを感じることができると思います。

貴社セミナーに参加した際に、1.3 倍速の仕事を体感したり、コンテンツへの掲載資材を実際に撮影したりして社員ひとりひとりの方と接し、個性豊かに目標を持って仕事をされている様子に刺激を受けました。貴社の一員として働きたいと心の底から思いました。私は、高校時代に野球部の仲間とともに甲子園を目指して頑張りました。1 つのことに一生懸命になって同じ目標を目指し成長する素晴らしさを学びました。大好きなファッションを通じて人とつながるという考えに共感し、入社を強く志望します。

【文例 6】（航空業界／客室乗務職）

貴社のフィロソフィである「心を 1 つにする」と、私の大切にしている価値観に共通点を見い出しました。私は高校時代チアダンスに取り組んでおり、特に観客に喜んでいただいたときはチーム一体となって喜び、最大のやりがいを感じました。お客様のために、社員一体となって働く環境に身を置き、保安要員として機内の安全を守ることはもちろん、便利な機械では満たすことのできない人の心を満たしたいと思います。社員の方から伺った「一歩前のおもてなし」を私も体現し、心を 1 つにしたサービスを発信してまいります。

【文例 7】（市役所／行政職）

東京都心まで電車で約 1 時間という立地にあり、生活都市として発展してきた〇〇市においても、都心回帰現象が進む昨今は、同条件にある他都市との厳しい競争にさらされることになると考えられます。こうした状況下で人口を維持し街を発展させていくには、他にはない独自の魅力ある街づくりが必要となってきます。

その中で、従来公務員の世界においてあまり重視されていなかった「結果」を出すことを重視するという「脱公務員」の試みには〇〇市の並々ならぬ覚悟を感じました。そして私もそのような活力に満ちた組織で市の

発展の力になっていききたいと思います。

私はゼミナールのグループ研究で、〇〇市の放置自転車の研究を行い、フィールドワークを通じて文献だけでは分からない「自転車利用者の視点」について考えてきました。自転車には健康面や環境面でのメリットがあります。〇〇市は平坦で東西に狭いことから、自転車利用に適した地形であるといえます。さらに、市民の自転車保有率は1人1台を超えており、最も身近な乗り物であるといっても過言ではありません。現在〇〇市は「自転車プラン・アクション 22」に取り組んでいっしやり、私も自転車利用に適した環境整備や更なる利用促進の政策に携わり市民生活に貢献したいと思っています。

【文例 8】（サービス業界／一般職）

もともと関心の強かったリユース業に携わりたいと思い、貴社を志望しました。「ネット型リサイクルショップ事業」では、フィギュアや電動工具、教材など他では扱えないようなニッチな商品も 42 サイトで取り扱うなど特色ある事業に惹かれました。また、「フリーマーケット事業」では企業や団体向けに企画提案、実施まで一連の流れに携わり、年間のべ 800 回以上のフリーマーケットを実現されています。必要のなくなったものを必要とする人に届ける事業は、エコ意識・リユース意識が高まりつつあるなかで、より価値を持つ事業に成長すると感じています。私はワインとドイツ料理を提供するレストランでアルバイトをしてきました。お店には、ソムリエ資格を持つスタッフが多く、当初は、ワインや料理について説明ができるスタッフとしてシフトに入れていただける機会も多くはありませんでした。そこで、①お店では、100 種類以上あるワインの違いを先輩方に聞き、家では、本で知識を蓄えるなどして、時と場所によってできることを分けて努力しました。②チーズの説明をワードで作成しました。③つまりずく点は誰でも同じと考え、後輩のために接客に役立つ情報を盛り込んだ資料を作成して渡し、活用してもらいました。この努力が認められ、シフトに入る機会も増え、常連のお客様もできました。

アルバイトから得た自発的に動く姿勢や、地道な作業を確実にこなす力は、貴社の事務職としても発揮できると思います。営業サポートでは、電話対応や来客対応、伝票手配や資料作成など、確実な対応が必要とされる職務も多いため、ミスなく的確にすすめていけるよう努力したいと思っています。また、営業と同じレベルで取引先への理解を深め、よりよいサポートができるようコミュニケーションもしっかりとっていききたいと思います。



履歴書 Ver. (約 200 字) では…

ボリュームダウンのため、残す点・削除する点の精査が必要

貴社のリユース事業は世間のエコ意識の高まりに伴い、より価値を持つ事業に成長すると考え志望しました。なかでもニッチな商品を扱うネット型リサイクルショップ事業や、年間 800 回を超えるフリーマーケットの開催など特色ある事業に惹かれました。ドイツ料理レストランでのアルバイトで培った自発的に動く姿勢を活かし、貴社の事務職として営業と同じレベルで取引先を勉強し、よりよいサポートができるようコミュニケーションを密にとって仕事をすすめていききたいと思います。

5 企業分析のためのワーク

《企業分析シート》 ※各項目なるべく具体的に深く書きましょう。

企業名	
業界	
競合他社	
事業内容	
誰にどのような 問題解決(喜び)を 提供しているか	
企業を取り巻く環境 (流行等含む)	
会社の強み	
会社の弱み・課題	
今後この会社がどのように 成長していくのか	
どんな仕事(部署)があるか	
特に挑戦してみたい仕事	
どんな人と仕事をする (社内・社外)	
仕事を進める上で大変なこと	
やりがい	
必要な能力や価値観(考え方)	

企業分析結果を基に「自分の価値観」をまとめよう!

①自分はどうような仕事に挑戦してみたいか
②(①どのような仕事に挑戦してみたいか)理由 ※自己分析結果(過去の経験や考え方)を参考
③その業界のどのような点に魅力を感じたのか ※左ページの誰にどのような問題解決(喜び)を提供しているか、企業を取り巻く環境を参考
④(③業界の魅力の)理由 ※自己分析結果(過去の経験や考え方)を参考
⑤その業界の中でもその企業にどのような魅力を感じたのか ※左ページの会社の強み、今後この会社がどのように成長していくのかを参考
⑥(⑤その企業の魅力の)理由 ※自己分析結果(過去の経験や考え方)を参考
⑦その会社でどのような目標を持ち、どのようなことに取り組みたいか ※左ページの挑戦してみたい仕事、仕事を進める上で大変なこと、必要な能力や価値観、やりがいを参考

企業分析と「自分の価値観」を参考に志望理由を書いてみよう!

--

「自分の価値観」のまとめを基に他にも魅力を感じる業界や企業を探してみよう!

--

STEP 5

履歴書・自己紹介書の 書き方

履歴書はエントリーシートと同じような内容ですが、よりフォーマルなものです。

エントリーシートはあくまで採用選考のなかで使うものであるのに対して、履歴書は選考はもちろん、入社してから退職するまでずっと保管されるケースが多いようです。

そのため、エントリーシートと履歴書の両方を提出させる企業もあるわけです。

自分の分身として丁寧に扱いましょう。

1 記入するうえでの注意ポイント

エントリーシートとほとんど一緒です。3 ページを参照してください。

ただし…〈エントリーシートとは違う注意ポイント〉

- ①写真は、面接で会う前の大事な印象につながります。写真店できちんと撮影してもらいましょう。
ただし、有名写真館等に行く必要はありません。(スピード写真は、影など仕上がりにムラがあるために、基本的に NG！)
- ②学歴、職歴の書き方には、決まった形式があります。(21 ページを参照してください。)
- ③エントリーシートと比べてフォーマルな書類なので、自己 PR や志望動機で色を使ったり箇条書きにしたりすることなどは避け、文章形式にします。
- ④提出した履歴書は、必ずコピーしておきましょう。履歴書にもとづいて面接が行われるため、何を書いたか忘れてしまって返事に困った先輩が多くいました。
- ⑤印鑑を忘れずに！ 朱肉を使う印鑑で、名前の上下を違えずにまっすぐ押します。柔らかいものを下敷きにするときれいに押せます。

- 大学指定の履歴書は生協で販売しています！
- 印鑑は書く前に押し、写真は書いた後に貼るほうが無駄になりません！
- 書き損じた場合は、線を引いたり修正液を使ったりせず、最初から書き直しましょう！

2 各項目で企業が聞きたいこと～これに答えれば大丈夫！～

①得意な科目または研究課題、その成果	大学の授業では、何に興味をもって、どのように取り組んだのか？ 物事の見方や考え方など、どんな学び(成果)があったのか？
②学業以外に力を注いだこと(クラブ、スポーツ、文化活動など)、その成果	大学時代、勉強以外でどのようなことに取り組んだのか？ その時、自分なりに何か工夫してやってみたか？ (ES と一緒)
③趣味・特技／免許・資格	何に興味を持ったり熱中したりするのか？ どんな免許や資格を持っているのか？ (自動車運転免許も立派な資格です！)
④自己PR	あなたの持つ「この力はぜひ伝えたい!」ということを具体的なエピソードを踏まえて、「どれくらい、どんな力」かを書きましょう。
⑤志望動機	我社のどんな仕事に興味をもったのか？ 他の会社でなく、なぜ我社を志望するのか？ あなたのどんな力でどのように貢献してくれるのか？

3 「履歴書・自己紹介書」の書き方のポイント

誰が見てもわかりやすいように、細い字や薄い字にならないように気を付けましょう。

書き方の例や見本の丸写しは絶対にしないで、自分の言葉で書くようにしましょう。

「ふりがな」という文字がひらがな
の場合はひらがなで、カタカナの場
合はカタカナで記入する。

住所は正確に記入する。長い
住所の場合は、初めから2行
にすることを想定して書く。
アパート・マンションの場
合は部屋番号を忘れないよ
うにすること。

氏名の字の大きさは、ほかよりも大き
くしてメリハリをつける。上下左右に
かたよらず、真ん中に記入する。

書類提出の前日の日付
を記入する。(明治学院
の履歴書は西暦表記)

履歴書・自己紹介書

2000年 〇月 〇日 現在

ふりがな	めいがく はなこ	性別	女
氏名	明学 花子	写真	縦4.0×横3.0cm 写真の裏面に大学名、 学歴名、氏名を記入 すること
生年月日	1900年 〇月 〇日生(満〇〇歳)		
ふりがな	とうきょうとみなとくしろかねだいのちやうめいばん〇ごうはしていろかね202ごう 〒108-8636		
現住所	東京都港区白金台〇丁目〇番〇号ハイシティ白金202号		
携帯電話	電話(〇〇) 〇〇〇-〇〇〇〇		
Eメールアドレス	hanamei@meijigakuin.ac.jp		

写真の裏に大学
名と氏名を記入
してから貼る。

朱肉を使う印鑑
で、かすれない
ようまっすぐに
押す。

年号はすべて西
暦で記入する。

数字はすべて算
用数字で書く。
(正/1・2・3、
誤/一・二・三)

高等学校の入学
年次から書き始
める。

最後に「以上」と
書く。

職歴がなくても
必ず記入するこ
と。

免許・資格・検定・
賞は、正式名称
で記入する。

記入欄は9割以
上埋めよう。

年	月	学 歴 ・ 職 歴
2000	4	東京都私立明治学院高等学校 入学
2000	3	東京都私立明治学院高等学校 卒業
2000	4	明治学院大学〇〇学部〇〇学科 入学
2000	3	明治学院大学〇〇学部〇〇学科 卒業見込
		職 歴
		なし
		以上

得意な科目または研究課題、その成果

ゼミナールでは国際関係論を専攻しています。主にアジア地域の国々の政治や経済の関わり、歴史的な背景などを学んでいます。韓国との竹島問題など、一見歴史的な問題と思われることも経済や政治が深くからみあっていることを再認識しました。こういった学びから、一つの出来事を考える時も一方向からだけでなく多方面から見直すことを意識するようになりました。

学業以外に力を入れたこと(クラブ、スポーツ、文化活動など)、その成果

海外からの留学生を対象としたボランティア活動です。留学生の勉強から普段の生活まで様々なことを1対1でサポートします。私の担当したカナダ人の留学生は日本語があまり流暢ではなかったもので、つたない英語で一生懸命コミュニケーションを図ろうと努力しました。英語が話せることも重要ですが、「伝えたい」という気持ちが何より大切だと感じました。

趣味・特技 趣味: 映画鑑賞

免許・資格 免許: 普通自動車一種(2000年〇月取得) 資格: TOEIC700点

自己PR

成長した実感を得るためには努力をおしめません。留学生と触れあうなかで、英語力を伸ばしたいと強く思い、TOEICのスコアアップに力をつぎました。はじめは500点をこそこの点数しか取れませんでした。大学で講義を受けたり、海外のテレビドラマをオリジナル音声で見たりするうちに少しずつスコアもあがっていききました。スコアがあがることで実力がついてい実感があがり、努力も苦になりませんでした。

志望理由

もともと写真や映画など映像について関心を持っていたのですが、貴社の説明会に参加して、動く映像は文字や写真以上に明確なイメージを伝えることができると改めて感じました。また、お客様のために、いろいろな提案をしながら一緒に映像を作っていく仕事内容に強い魅力を感じます。ボランティア活動を通して培ったコミュニケーション能力もいけるのではないかと、思い、志望しました。

※ 学歴については義務教育課程の記入は不要。
※ 黒インク、楷書、算用数字で記入すること。

明治学院大学

※なお、英文履歴書については別途窓口で相談してください。リーフレットをお渡しします。

